

Uhrzeit	Fläche 1	Fläche 2
09:00 - 09:30 Uhr	Warm up Garde Ein fetziges Aufwärmprogramm mit viel Musik! Für alle!	Trainerschulung Hebungsspezifisches Grundagentraining für Sprungkraft, Beweglichkeit, optimales Dehnen, Ausdauer, Sicherheit und Vertrauen. Für alle!
09:45 - 10:45 Uhr	Gardetanz Kids & Teens Up to Date! Schrittelemente, neu entdeckt für Anfänger und Jugend.	Cheerleading Gruppenstunts Anfänger/Einsteiger Grundlagen und Techniken für Cheerleading, Schautanz & Gardetanz Mindestens 3 Teilnehmer pro angemeldete Gruppe Alter: ab 8 Jahre, Vorkenntnisse: nicht erforderlich
11:00 - 12:00 Uhr	Gardetanz Freestyle Ein kreativer Mix von Schritten, Kombinationen, leichten Drehungen und mehr. Anfänger bis Mittelstufe	Cheerleading Gruppenstunts Medium/High Level Höher – Größer – Weiter! Nur gem. Gruppen Mindestens 3 Teilnehmer pro angemeldete Gruppe Alter: ab 14 Jahre, Vorkenntnisse: gutes Basiswissen
12:15 - 13:15 Uhr	Gardetanz Solisten & Paare Up to Date! Schrittelemente, neu entdeckt für Gruppen, Paare und Solisten. Beliebig kombinierbar, faszinierend und außerordentlich attraktiv.	Bühnenpräsenz & Ausdruck im Schautanz Hier erlernt Ihr, wie Ihr euren Schautanz am besten präsentiert, hinsichtlich Ausdrucksstärke und Tipps und Tricks für einen perfekten Auftritt. Für Tänzer & Trainer
13:15 - 14:00 Uhr Mittagspause - wir wünschen guten Appetit		
14:00 - 15:00 Uhr	Gardetanz und Choreo High Level Traditionell aber effektiv! Choreographie mit Schritten, Drehungen und Sprüngen für Mittelstufe bis Fortgeschrittene .	Hipp-Teens & Show Nach aktuellen Hits aus den Charts. Eine coole Mischung aus Jazz und aktuellen Moves. Kreative Schrittelemente motivieren für Deine neue Schautanzchoreo.
15:15 - 16:15 Uhr	TANZHebungen Anfänger/Einsteiger Basishebungen und Posen aus dem Cheerleading, Garde- und Schautanzsport. Für Einsteiger und zur Optimierung von Grundlagen und Techniken. Alter: ab 8 Jahre, Vorkenntnisse: nicht erforderlich, Paarkonstellation: gemischte sowie weibl. und männl. Paare	Karnevalistischer Schautanz Fröhliche Tanzelemente nach bekannter Musik die für den Schautanz geeignet sind. Anfänger, Kids & Teens.
16:30 - 17:30 Uhr	TANZHebungen Medium Level Hebungen für Garde- und Schautanzsport. Alter: ab 12 Jahre, Vorkenntnisse: gutes Basiswissen, Paarkonstellation: gemischte Paare	Party Move Extreme – Tanz & Choreo Powerschritte und Moves zu Techno und Trance Beats. Karnevalistischer Schautanz fetzig, rasant und EXTREME.